



中醫藥就醫用藥

五大核心能力

停、看、聽、選、用



※能力一 (停)止不當看病 購藥及用藥、行為

不隨意購服來路不明藥品，停止「病急亂投醫」的作法，為了自己的健康，有病看中醫用中藥時應找專業中醫師、藥師。

堅持用藥五不原則—「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」

1. 不聽地下電台或其他不當藥品廣告。
2. 不信神奇療效的藥品。
3. 不買來路不明的藥品。
4. 不吃來路不明的藥品。
5. 不推薦藥品給其他人。

※能力二 (看)病請找合格中醫師診治，並應向醫師說清楚

健康是您的權利，保健是您的責任，看病時先瞭解自己身體狀況，清楚表達自己的身體狀況，向醫師說清楚下列事項：

1. 哪裡不舒服，大約何時開始，何種情況下覺得比較舒服等。
2. 有無藥品或食物過敏史，以及特殊飲食習慣。
3. 曾經發生過的疾病，包含家族性遺傳疾病。
4. 目前正在使用的藥品，包含中、西藥或健康食品。
5. 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。

※能力三 (聽)專業醫師，藥師說明

聽從專業中醫師、藥師的意見，信任中醫師與藥師的指導與建議。

1. 與醫師、藥師作朋友，生病找中醫師，用藥找藥師。

2. 生病找中醫時，聽從中醫師的意見與建議，不隨意找無醫師執照人員看病。
3. 用藥找藥師，聽從藥師的意見與建議。
4. 使用中藥要聽從中醫師、藥師的意見與建議，不任意更改用藥方法、劑量及時間。
5. 若服用中藥後有不適現象，可以立即向中醫師或藥師反應。

※能力四 (選)購安全、有效中藥 選擇合格藥品來源或選購有認證的中藥

1. 了解到什麼地方選購中藥。
2. 知道用藥原因及如何選購正確中藥。
3. 知道如何區分及選購合法中藥品、健康食品及一般食品。
4. 知道中藥儲存及使用期限。

※能力五 (用)中藥時應遵醫囑、講方法 中藥也是藥，同樣有它特別的藥性、療效及毒性，要依照醫藥人員的指導正確使用才安全。

1. 知道中藥使用禁忌。
2. 知道如何正確使用中藥、健康食品及一般食品。
3. 知道中藥正確的使用時機與服用方法。
4. 明白藥物間及藥物食物間交互作用。

